5 Cách làm trứng gà mật ong tăng chất lượng tinh trùng

Cách trị yếu sinh lý bằng trứng gà mật ong là một phương pháp được nhiều nam giới áp dụng và mang đến kết quả tốt. Nếu quý ông nào cũng đang gặp phải tình trạng "trên bảo dưới không nghe" này, hãy cùng Vivita tìm hiểu về 5 cách làm trứng gà mật ong tăng chất lượng tinh trùng ngay sau đây nhé.

1 Dùng trứng gà có chữa được yếu sinh lý không?

Trứng gà và mật ong đều là những nguồn thực phẩm dồi dào chất dinh dưỡng, tốt cho sức khỏe khá phổ biến trong những bữa ăn mỗi ngày của mọi gia đình. Bên cạnh đó, theo nhiều đánh giá, việc kết hợp giữa mật ong và trứng gà là một bài thuốc tự nhiên, an toàn giúp hỗ trợ điều trị nhiều bệnh lý, trong đó bao gồm bệnh yếu sinh lý ở phái mạnh.

Được biết, trong trứng gà chứa một lượng lớn protein giúp hỗ trợ kích thích khả năng sản xuất hormone và axit amin trong cơ thể rất có lợi cho sinh lý nam. Đồng thời, trong lòng đỏ trứng còn chứa nhiều triglycerid, phospholipid, cholesterol, lipid… có tác dụng trong việc hỗ trợ cải thiện chất lượng tinh trùng tốt hơn.

Ngoài ra, mật ong cũng là một thực phẩm giàu chất chống oxy hóa, vitamin B cùng nhiều khoáng chất như Magie, boron… có tác dụng trong việc hỗ trợ kích thích khả năng sản xuất hormone testosterone, từ đó giúp cải thiện chức năng sinh lý, làm chậm quá trình mãn dục và tăng khả năng sinh sản ở nam giới.

Vậy nên, việc kết hợp giữa mật ong và trứng gà là một phương pháp tự nhiên, an toàn trong việc cải thiện chất lượng tinh trùng, nâng cao sức khỏe sinh lý nam và tốt cho cơ thể. Tuy nhiên, mọi người cần phải sử dụng đúng cách, đúng liều lượng hoặc thần thánh hóa công dụng của sản phẩm mà lạm dụng dễ gây tác dụng phụ không mong muốn.



Trứng gà là một thực phẩm rất tốt trong việc cải thiện sinh lý nam

2 5 Cách trị yếu sinh lý bằng trứng gà tăng chất lượng tinh trùng cho nam giới

2.1 Trứng gà và mật ong

Với cách ăn trứng gà để tăng chất lượng tinh trùng này, thì các chàng nên sử dụng nguyên liệu chưa qua chế biến để có thể giữ nguyên được hàm lượng dưỡng chất tối đa. Nhiều người nghĩ rằng việc uống trứng gà sống với mật ong khá hôi tanh, nhưng nếu làm đúng cách thì không khó uống mà thậm chí còn khá ngon.

Cách thực hiện: Lấy 2 quả trứng gà ta đem tách riêng lòng đỏ và lòng trắng cho vào cái chén, sau đó tiến hành đánh bông phần lòng đỏ lên bằng máy hoặc bằng tay trong khoảng 5 phút. Tiếp tục đổ khoảng 2 – 3 thìa mật ong nguyên chất vào phần lòng trắng trứng đã tách ra và tiếp tục đánh bông lên. Rồi đổ đều hỗn hợp lại với nhau và bắt đầu thưởng thức.

Với thức uống này, mọi người có thể dùng vào sáng sớm sau khi ngủ dậy, mỗi tuần uống 3 lần để hỗ trợ cải thiện chức năng sinh lý hiệu quả.



Kết hợp trứng gà và mật ong giúp tăng chất lượng tinh trùng

2.2 Trứng gà, gừng và mật ong

Ngoài việc kết hợp mỗi trứng gà và mật ong, mọi người có thể thêm một chút gừng tươi. Đây là một loại gia vị, thảo dược có tính nóng, vị cay, thơm rất có ích trong việc hỗ trợ lưu thông khí huyết. Với sự kết hợp của 3 nguyên liệu này sẽ có tác dụng hỗ trợ lưu thông máu đến toàn bộ cơ thể, bao gồm cả cơ quan sinh dục nam từ đó giảm thiểu tình trạng rối loạn cương dương, kéo dài thời gian quan hệ.

Cách thực hiện: Lấy 1 quả trứng gà ta mang đi luộc chín hoàn toàn, rồi bóc vỏ. Tiếp tục lấy 1 củ gừng tươi đem đi rửa sạch, cạo sạch vỏ, giã nhuyễn rồi vắt lấy phần nước cốt. Rồi đem hai nguyên liệu trên đem trộn đều với 2 – 3 thìa mật ong là có thể thưởng thức.

Với món này thì các anh nên dùng vào buổi sáng sớm, thưởng thức khi còn nóng để giảm thiểu mùi tanh khó chịu. Nên sử dụng đều đặn 1 – 2 tháng sẽ thấy tác dụng mà cách chế biến này mang tới.



Trứng gà, gừng và mật ong giúp tăng cường sinh lực phái mạnh

2.3 Trứng gà, mật ong và nghệ tươi

Nghệ tươi cũng là một thực phẩm giàu chất chống oxy hóa, hỗ trợ bảo vệ các tế bào tránh những tác động xấu của gốc tự do. Chính vì vậy, bài thuốc trứng gà, mật ong và nghệ tươi được đánh giá cao trong việc hỗ trợ tăng cường hệ miễn dịch cho cơ thể, đặc biệt giúp cải thiện chức năng sinh lý ở nam giới, tăng cường ham muốn, nâng cao chất lượng tinh trùng khá tốt.

Cách thực hiện: Lấy 2 quả trứng gà ta mang đi tách riêng lòng đỏ và lòng trắng. Sau đó dùng máy hoặc dùng tay đánh bông phần lòng đỏ tơi ra như kem. Tiếp tục lấy 1 củ nghệ tươi mang đi rửa sạch, cạo vỏ rồi xay nhuyễn. Tiến hành trộn nghệ tươi, phần lòng đỏ đã đánh bông cùng với 2 – 3 thìa mật ong nguyên chất mang đi chưng cách thủy trong khoảng 15 phút và ăn ngay khi còn nóng sẽ ngon hơn, không bị tanh.

Với món ăn này, mọi người có thể ăn 2 lần/ngày. Nhưng lưu ý với người đang bị tăng huyết áp, rối loạn lipid máu không nên ăn, vì trứng gà dễ làm tăng lượng Cholesterol máu lên rất cao.



Kết hợp trứng gà, mật ong và nghệ tươi cũng giúp tăng cường sinh lý nam

2.4 Trứng gà, giá đỗ và mật ong

Giá đỗ kết hợp với trứng gà và mật ong là một món ăn được nhiều quý ông thực hiện nhằm giúp cải thiện "chuyện chăn gối" lâu dài, bền bỉ hơn. Cách thức thực hiện khá đơn giản, các anh chỉ cần mang trứng gà đem luộc chín lấy phần lòng đỏ, giá đỗ rửa sạch rồi chần sơ với nước sôi cho đến khi vừa chín tới. Sau đó trộn chung chúng cùng với 1 thìa mật ong là có thể thưởng thức như món salad để ăn mỗi ngày.



Dùng trứng gà, giá đỗ và mật ong để kéo dài thời gian quan hệ hiệu quả

2.5 Cách uống trứng gà với mật ong, cà rốt trị yếu sinh lý

Cà rốt là một thực phẩm chứa nhiều vitamin, chất chống oxy hóa cùng lượng lớn các beta carotene có tác dụng hỗ trợ cải thiện sinh lý nam khá tốt. Vậy nên, việc kết hợp 3 nguyên liệu tự nhiên này lại với nhau mang đến hiệu quả chữa yếu sinh lý, tăng chất lượng tinh trùng hiệu quả.

Cách thực hiện: Mọi người lấy 1 củ cà rốt rửa sạch, cạo vỏ rồi mang đi ép lấy phần nước cốt. Sau đó trộn chung với 1 quả trứng gà ta sống, 1 – 2 thìa mật ong nguyên chất rồi khuấy đều, mang đi chưng cách thủy khoảng 10 phút là có thể ăn được.

Lưu ý, nên ăn khi còn nóng sẽ ngon miệng hơn, cũng như nên kiên trì ăn đều đặn mỗi ngày, dùng liên tục trong vòng 1 – 2 tháng sẽ thấy tình trạng "trên bảo dưới không nghe" cải thiện rõ rệt.



Tăng chất lượng tinh trùng với công thức trứng gà với mật ong, cà rốt



3Ăn trứng vịt lộn có giúp trị yếu sinh lý không?

Ngoài trứng gà thì trứng vịt lộn cũng được nhiều người cho rằng có tác dụng trong việc hỗ trợ điều trị yếu sinh lý.

Thực chất, trứng vịt lộn cũng là thực phẩm có chứa nhiều chất dinh dưỡng như protein, lipid, canxi, photpho, cholesterol, kẽm, sắt, cùng nhiều vitamin, beta carotene, khoáng chất… chính những thành phần này không chỉ giúp bổ sung nguồn năng lượng dồi dào tốt cho sức khỏe, mà còn được đánh giá cao trong việc hỗ trợ bổ thận, tráng dương, hỗ trợ điều trị các bệnh liên quan tới yếu sinh lý ở nam giới khá tốt.

Vậy nên, phái mạnh hoàn toàn có thể bổ sung thêm món trứng vịt lộn vào bữa ăn của mình để nâng cao sinh lực phái mạnh trong chuyện giường chiếu. Tuy nhiên, vì trứng vịt lộn chứa nhiều dưỡng chất cao, không nên ăn quá nhiều chỉ bổ sung 2 – 3 quả/tuần. Nếu quá lạm dụng, ăn thường xuyên hoặc ăn không đúng cách cũng dễ gây ảnh hưởng tới sức khỏe.

4Lưu ý dùng trứng gà tăng chất lượng tinh trùng, cải thiện sinh lý

Với cách trị yếu sinh lý bằng trứng gà mật ong hiện nay được nhiều phái mạnh áp dụng vì nguyên liệu tự nhiên an toàn, dễ kiếm. Nhưng để đảm bảo hiệu quả khi sử dụng món ăn này thì mọi người cần lưu ý một số vấn đề sau:

- Nên ưu tiên sử dụng trứng gà ta còn tươi thay vì dùng trứng gà công nghiệp sẽ không đạt hiệu quả cao.
- Nên sử dụng mật ong nguyên chất, có nguồn gốc tự nhiên.
- Các nguyên liệu khi kết hợp cùng với nhau phải đảm bảo tươi, sạch, rõ ràng xuất xứ.
- Khi chế biến cần tuân thủ nguyên tắc vệ sinh an toàn thực phẩm.
- Khi ăn trứng gà thì nên hạn chế kết hợp với quả hồng, thịt thỏ, đậu phụ, nước chè… vì chúng là những món ăn ky nhau, dễ gây rối loạn tiêu hóa.
- Đây là cách trị yếu sinh lý tự nhiên, nên đòi hỏi phải kiên trì, kiên nhẫn mới đạt hiệu quả tốt.
- Cần tuân thủ đúng cách thực hiện và liều lượng sử dụng, tránh lạm dụng dễ gây tác dụng phụ không mong muốn.



Khi dùng mật ong, trứng gà hỗ trợ điều trị yếu sinh lý nam cần kiên trì thực hiện

5 Kết luận

Ngoài việc cách trị yếu sinh lý bằng trứng gà mật ong trên thì để hỗ trợ cải thiện tình trạng này hiệu quả cần có nhiều biện pháp kết hợp như ăn uống khoa học, ngủ nghỉ đầy đủ, tập luyện thường xuyên, tinh thần thoải mái… Nếu bị nặng cần phải đến cơ sở y tế để được kiểm tra và đưa ra biện pháp xử lý phù hợp hơn. Ngoài ra, nếu có nhu cầu tìm mua các sản phẩm hỗ trợ cải thiện chức năng sinh lý nam chất lượng, chính hãng, giá tốt có thể liên hệ với **Vivita** để được tư vấn chu đáo.

Hân hạnh được phục vụ!

Nguồn: https://vivita.vn/bai-viet/cach-tri-yeu-sinh-ly-bang-trung-ga-tang-chat-luong-tinh-trung.html